

التدابير الخاصة بالمقيمين في منطقة العزل

ما هو فيروس كورونا؟

فيروس كورونا (Covid-19) هو مرض يشبه إلى حد كبير الإنفلونزا. يُسبب الفيروس شكاوى في الجهاز التنفسي والسعال والحمى. يتعافى معظم الأشخاص من الفيروس (بشكل عام في غضون 7 أيام). بالنسبة لكبار السن والأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الرئة أو القلب أو الكلى، على سبيل المثال، يمكن أن يكون الفيروس أكثر خطورة.

ينتقل فيروس كورونا بين الأشخاص. عندما يسعل أو يفر الشخص المُصاب، ينتشر الفيروس من خلال قطرات صغيرة تخرج من الأنف أو الفم. يمكن للشخص المُصاب أن ينقل الفيروس للآخرين من خلال التلامس باليد أيضًا. إذا كنت مُصابًا بالفيروس، فيجب عليك الحرص على ألا تصيب الآخرين.

ما هي الأعراض؟



الحمى (درجة حرارة فوق
37.5 درجة مئوية)



السعال و /أو العطس



إلتهاب الحلق



صعوبة التنفس

ما هي منطقة العزل؟

منطقة العزل هي غرفة في مركز الاستقبال يجب على الأشخاص أن يبقوا فيها منعزلين عن الآخرين لمدة لا تقل عن 7 أيام. لا يُسمح بأن يكون هناك أي تواصل بين الأشخاص الموجودين في منطقة العزل وبين المقيمين الآخرين في مركز الاستقبال. هذا العزل (الفصل بين الأشخاص) ضروري لتجنب إصابة الآخرين بالمرض ووقف تزايد انتشار فيروس كورونا. .

التدابير المطبقة في منطقة العزل

أثناء إقامتك في منطقة العزل، يجب عليك اتباع هذه التدابير. بهذه الطريقة، يمكنك أن تضمن ألا تصيب الأشخاص الذين يدخلون منطقة العزل بفيروس كورونا.

ابق في غرفتك

- ابق في غرفتك أو في منطقة العزل.
- لا تغادر منطقة العزل إلا لأسباب عاجلة أو صحية.
- ارتدِ قناعًا "كمامة" عند مغادرة منطقة العزل.



نظافتك الشخصية

- اغسل يديك بانتظام بالماء والصابون
- قبل الأكل
- بعد دخول المرحاض "الحمام" في كل مرة
- بعد السعال أو العطس
- في كل مرة تغادر فيها الغرفة
- قلل عدد مرات لمسك لوجهك قدر الإمكان.
- استمر في الاعتناء بنظافتك الشخصية.



استخدم مناديل ورقية

- استخدم منديل ورقي جديد في كل مرة عند السعال أو العطس
- تخلص من المناديل الورقية بوضعها في سلة قمامة بغطاء
- إذا لم يكن لديك منديل ورقي، فقم بالسعال أو العطس في مرفقك.



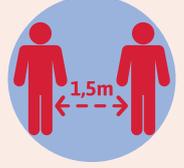
لا تشارك الأشياء الخاصة بك مع الآخرين

- لا تشارك الأشياء الخاصة بك (فرشاة الأسنان، أدوات المائدة، الملابس، المناشف، الملاءات) مع الآخرين
- لا تشارك سجاارك مع أشخاص آخرين



ابتعد قليلاً

- احرص على وجود مسافة ١,٥ متر بينك وبين الأشخاص الآخرين (إن أمكن، مسافة ١ متر في غرفتك أيضًا)
- لا يجوز لك استقبال أي زائرين في الغرفة أو منطقة العزل.
- لا ترتدي قناع الوجه في منطقة العزل.
- فقط الموظفين الذين يدخلون منطقة العزل يرتدون قناع الوجه.



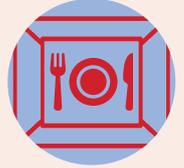
حافظ على نظافة غرفتك

- قم بتنظيف أي أسطح تلمسها (الطاولات، مقابض الأبواب، الأرضية، مقعد المراحيض، وما إلى ذلك) باستخدام منتج تنظيف يوميًا.
- اشطف المراحيض ذو الغطاء بالماء.
- ضع الغسيل المتسخ في الكيس الذي يتم إعطاؤه لك. سيتم جمع الغسيل الخاص بك وغسله لك.
- افتح النوافذ ٣ مرات يوميًا لتهوئة الغرفة.
- قم بإلقاء كل القمامة والمناديل الورقية والنفايات في سلة المهملات. أغلق غطاء سلة المهملات.



تناول الطعام في غرفتك

- سيتم إعطاؤك وجباتك في غرفتك. لا تذهب إلى غرفة تناول الطعام.
- بعد الوجبة، إن أمكن، اغسل المواد القابلة لإعادة الاستخدام بالماء والصابون واتركها عند باب غرفتك. وسيتم أخذ هذه المواد من أمام باب غرفتك.



توفير الرعاية الطبية لك

- سيقوم أحد أعضاء الفريق الطبي بزيارتك بانتظام في منطقة العزل. اتبع تعليماتهم حرفيًا وبحذافيرها.
- لا يجوز لك زيارة قسم الخدمات الطبية أو الاستقبال بنفسك.
- إذا كنت بحاجة إلى أحد أفراد الفريق (الطبي) لأن أعراضك تتفاقم للأسوأ (حمى شديدة، صعوبة في التنفس)، فیرجى الاتصال على رقم الهاتف ابق في غرفتك وانتظر.
- إذا كان ذلك ضروريًا، سيأتي الطبيب أو الممرضة لزيارتك في غرفتك.



استمر في حياتك وواصل التقدم!

نحن نعلم أن الحياة في عزلة ليست أمرًا سهلاً. يُرجى أن تضع في بالك أن إقامتك في منطقة العزل مؤقتة. من خلال اتباع هذه التدابير بدقة، فإنك تضمن عدم إصابة أصدقائك وعائلتك والأشخاص الآخرين المقيمين في مركز الاستقبال بالمرض. وهذا يجعلك نوعًا ما بطلاً في أعين الناس الذين تعرفهم. شكرًا جزيلاً لك لاتباع التدابير ونتمنى لك الشفاء العاجل!

هل لديك أي أسئلة؟ هل تشعر بالاكئاب؟ يمكنك الاتصال بالفريق الطبي أو

موظفي مركز الاستقبال على رقم الهاتف